



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

## Exploitation détaillée

Roy Radünzel

Dossard: 135

Circuit: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Catégorie:

Senioren M40 (40-44) A

Temps total: 1:35:33

Vitesse: 10.05 km/h

Kilométrage: 5:47 min/km

Place par parcours/Total: 104 (de 198)

Place par parcours/Hommes: 84 (de 144)

Meilleur temps dans le parcours: 1:02:25

Place par catégorie: 14(de 22)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:07:11

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Résultats d'étape				Résultat total							
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Abzweig Tännental	4.00	22:34	5:38	16	5:49	83	7:20	4.00	22:34	5:38	16	5:49	83	7:20
Plessenburg	3.00	25:51	8:37	16	7:49	79	8:49	7.00	48:25	6:54	14	13:38	77	16:09
Abzweig rote Brü	3.00	18:59	6:19	15	5:40	83	6:36	10.00	1:07:24	6:44	15	19:18	80	22:45
Ilseburg/Markt	6.50	28:09	4:19	17	9:04	103	10:23	16.50	1:35:33	5:47	14	28:22	84	33:08